
Subject: Bierhefe?? Empfehlenswert?

Posted by [Paint](#) on Wed, 10 Sep 2008 09:12:10 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, hab gelesen, dass auch Bierhefe gut für den Haarwuchs ist!? Und auch so ein sehr gutes Nahrungsergänzungsmittel ist.

Was haltet ihr davon? Und bekommt man es auch in Tablettenform?

Subject: Re: Bierhefe?? Empfehlenswert?

Posted by [Ralf3](#) on Wed, 10 Sep 2008 12:09:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bierhefe hat vor allem viel B-Vitamine und Protein.

In Tablettenform bekommst du es in jedem Drogeriemarkt billig nachgeschmissen!

Wenn deine Ernährung nicht Top ist, ist es empfehlenswert!!

Subject: Re: Bierhefe?? Empfehlenswert?

Posted by [Paint](#) on Wed, 10 Sep 2008 19:10:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich nehme ja schon Biotin....ist das dann ähnlich?

Subject: Aw: Re: Bierhefe?? Empfehlenswert?

Posted by [Teardrops](#) on Thu, 29 Apr 2010 09:59:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das mit der Bierhefe ist interessant für mich, ausgewogen ernähre ich mich nicht jeden Tag und deshalb wäre es eine gute Ergänzung.

wenn es auch den Haarwuchs fördert wäre es ja doppelt gut und der Preis ist ein Witz.

hat jemand schon Erfahrungen mit Bierhefe gemacht?

wäre dankbar für Antworten

Subject: Aw: Bierhefe?? Empfehlenswert?

Posted by [askaquestion](#) on Thu, 29 Apr 2010 15:00:36 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich nehme seit ca. einem Monat Bierhefe+ Zink+Biotin+Kieselerde Tabletten. Muss 2 Tabletten am Tag nehmen. Dann hätte ich am Tag 500 mg Kieselerde, 1400 mg Bierhefe und 10 mg Zink.

Der Testzeitraum ist natürlich zu kurz um was genaues zusagen...
das einzigste was ich bisher feststellen konnte war das ich wesentlich bessere haut bekommen habe. Ob es von der Bierhefe oder kieselerde oder dem zink kommt kann ich leider nicht sagen.

Überlege aber nur bierhefe zu nehmen allerdings habe ich bisher nur Produkte gefunden wo man am Tag 15!!! Bierhefe tabletten nehmen soll das ist mir aber zuviel deswegen habs ichs gelassen.

Weiß jemand ob es bierhefe auch flüssig gibt wo man nen esslöffel oder so am tag nehmen muss=?

Ps: bitte keine witze das ich ne flasche bier oder sowas trinken soll ^^

Subject: Aw: Bierhefe?? Empfehlenswert?
Posted by [MrEcki](#) on Wed, 12 May 2010 17:36:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: abe ich bisher nur Produkte gefunden wo man am Tag 15!!! Bierhefe tabletten nehmen soll das ist mir aber zuviel deswegen habs ichs gelassen. Weiß jemand ob es bierhefe auch flüssig gibt wo man nen esslöffel oder so am tag nehmen muss=?

Is nich dein ernst oder? Und warum sollte es das in flüssiger Form geben? Das zeug is wahrscheinlich einfach der gefilterte Abfall aus der Brauerei - getrocknet und gepresst. Es gibt es noch als Flocken kannst ja die nehmen ins Müsli oder so.
